

PENYULUHAN PENCEGAHAN KANKER KULIT DENGAN PENGUNAAN TABIR SURYA

Fenita Shoviantari^{1*}, Lia Agustina¹

Fakultas Farmasi, Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri

**email: fenita.shoviantari@iik.ac.id*

ABSTRAK

Latar Belakang: Dalam rangka meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang bahaya paparan sinar matahari terhadap kulit, maka diperlukan suatu penyuluhan kepada masyarakat. Paparan sinar matahari dapat menyebabkan dampak yang buruk bagi kulit, salah satunya adalah kanker kulit. Salah satu cara dalam meningkatkan perlindungan kulit terhadap dampak buruk sinar matahari adalah dengan menggunakan tabir surya. Tabir surya dapat menghalangi penetrasi sinar UV ke dalam kulit. **Tujuan:** Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang bahaya sinar UV dan pentingnya penggunaan tabir surya. **Metode:** Metode yang digunakan pada penyuluhan ini adalah metode ceramah, praktek, dan ditambah dengan pre dan post test kepada seluruh peserta penyuluhan untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal dan keberhasilan penyampaian materi penyuluhan. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 14 Agustus 2019 dengan sasaran peserta adalah wali murid di TK Dharma Wanita Tosaren 2 di RW 10 Dusun Tirtoudan Kelurahan Tosaren, Kota Kediri. **Hasil:** Dari hasil pre dan post test dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan pengetahuan peserta penyuluhan setelah pre dan post test dari rata – rata 25 menjadi 70. **Kesimpulan:** Kegiatan penyuluhan pencegahan kanker kulit dengan penggunaan tabir surya mampu meningkatkan pengetahuan peserta kegiatan.

Kata Kunci: kediri, matahari, sinar, SPF, tosaren, ultraviolet

COUNSELING FOR THE PREVENTION OF SKIN CANCER BY USING SUNSCREEN

ABSTRACT

Background: In order to increase public knowledge about the dangers of exposure to sunlight to the skin, it is necessary to counsel the community. Exposure to sunlight can cause adverse effects on the skin, one of which is skin cancer. One way to increase skin protection against the adverse effects of the sunlight exposure is to use sunscreen. Sunscreen can block UV penetration into the skin. **Objective:** This activity aims to increase public knowledge about the dangers of UV rays. **Method:** The method used in this counseling is the lecture, practice method, and added with pre and post-test to all extension participants to find out the level of initial knowledge and success in delivering extension materials. This activity was carried out on August 14, 2019 with the target participants being the guardians of students in TK Dharma Wanita Tosaren 2 in RW 10 of Tirtoudan Hamlet in Tosaren Sub-District, Kediri City. **Results:** From the results of the pre and post test it can be seen that there was an increase in the knowledge of participants in the counseling after the pre and post test from an average of 25 to 70. **Conclusion:** The counseling activity to prevent skin cancer by using sunscreen was able to increase the knowledge of the participants.

Kata Kunci: exposure, kediri, sun, SPF tosaren, ultraviolet

1. PENDAHULUAN

Kulit merupakan organ paling luas pada tubuh manusia. Kulit memiliki banyak fungsi penting pada tubuh yaitu sebagai lapisan pelindung, membantu meregulasi suhu tubuh, memproduksi vitamin D, sebagai indera perasa, dan juga memiliki fungsi penting dalam interaksi sosial di masyarakat. Kulit terdiri dari dua lapisan utama yaitu epidermis, dan dermis, serta satu lapisan yang berisi sel - sel lemak di bawah lapisan dermis, yaitu lapisan subkutis (Shai *et.al.*, 2009). Sinar matahari mengandung ultraviolet (UV) yang merupakan bagian dari energi alami yang dihasilkan oleh matahari. Pada spektrum elektromagnetik, sinar UV memiliki panjang gelombang lebih pendek daripada cahaya tampak, sehingga mata tidak dapat melihat UV, tetapi kulit bisa merasakannya. Paparan UV telah terbukti memainkan peran utama dalam menimbulkan melanoma yang merupakan jenis yang paling berbahaya dari tiga jenis kanker kulit yang paling umum. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa sinar UV yang merusak kulit juga dapat mengubah gen yang menekan tumor sehingga meningkatkan risiko sel kulit yang rusak (Deborah, 2019). Sinar UV dibagi menjadi tiga jenis, yaitu UV A, UV B, dan UV C. Sinar UV C memiliki panjang gelombang yang paling pendek sehingga pancarannya tidak sampai ke bumi. Dua sinar lainnya, yaitu UV A, dan UV B, yang memiliki panjang gelombang lebih tinggi, terbukti berkontribusi terhadap risiko kanker kulit, kerusakan mata, juga katarak dan kanker kelopak mata. Sinar UV A dan UV B memiliki peran yang berbeda dalam merusak kulit. UVA yang memiliki panjang gelombang lebih panjang berhubungan dengan penuaan kulit sementara UVB yang memiliki panjang gelombang lebih pendek berhubungan dengan pembakaran kulit (Anna dan Heidi, 2019).

UVA menyumbang hingga 95% dari radiasi UV yang mencapai bumi. Hal ini menandakan bahwa manusia selalu terpapar sinar UV tingkat tinggi setiap hari.. Sinar UVA, meski sedikit kurang kuat dari UVB, mampu menembus kulit lebih dalam karena panjang gelombangnya yang lebih panjang. Paparan menyebabkan kerusakan genetik pada sel-sel di bagian terdalam lapisan kulit teratas, tempat sebagian besar kanker kulit terjadi. Kulit mencoba untuk mencegah kerusakan lebih lanjut dengan menggelapkan, menghasilkan tan. Seiring waktu, UVA juga menyebabkan penuaan dini dan kanker kulit. UVA dapat menembus jendela dan awan (USEPA, 2010). Sementara UVB menembus dan merusak lapisan terluar kulit. Paparan berlebihan menyebabkan terbakar sinar matahari dan dalam kasus yang parah dapat menyebabkan kulit melepuh (Anonim, 2019).

Suatu produk yang dapat melindungi kulit manusia dari sinar UV adalah sediaan tabir surya. Tabir surya terbagi menjadi dua yaitu tabir surya fisik yang bekerja dengan memantulkan radiasi sinar UV tersebut dan tabir surya kimia yang bekerja dengan menyerap radiasi sinar UV (Anggraini, 2013). Salah satu metode untuk menentukan aktivitas tabir surya adalah dengan mengukur besarnya faktor perlindungan sinar matahari atau yang dikenal dengan istilah SPF (*Sun Protecting Factor*). SPF diartikan sebagai jumlah energi UV yang dibutuhkan untuk menimbulkan MED (*Minimal Erytemal Dose*) pada kulit yang terlindungi produk atau zat aktif tabir surya dibandingkan dengan jumlah energi yang dibutuhkan untuk menimbulkan MED (Zulkarnain, 2013).

Dusun Tirtoudan merupakan salah satu Dusun yang berada di Kelurahan Tosaren, Kecamatan Pesantren, Kota Kediri. Pada survei pendahuluan yang telah dilakukan, hanya 10% wanita yang merupakan wali murid dari TK Dhama Wanita Tosaren 2 yang menggunakan tabir surya. Kota Kediri merupakan salah satu kota yang mendapatkan paparan sinar matahari sepanjang tahun dapat meningkatkan terjadinya risiko berbagai macam penyakit kulit. Sementara pada 90% wanita yang tidak

menggunakan tabir surya sebanyak 55% diantaranya tidak mengetahui fungsi dan pentingnya penggunaan dari tabir surya. Adanya paparan sinar matahari yang melimpah dan intensitas cahaya yang tinggi dapat menyebabkan jaringan kulit tidak cukup mampu melawan efek negatif seperti dermatitis ringan, kanker kulit, keriput, dan bercak hitam (Suryanto, 2012). Untuk itu, perlu dilakukan penyuluhan mengenai pentingnya penggunaan tabir surya untuk mencegah penyakit kulit.

2. METODE PENGABDIAN

2.1. Waktu dan Tempat Pengabdian

a. Waktu

Kegiatan pengabdian dilaksanakan pada hari Rabu, 14 Agustus 2019 pada pukul 09.00 WIB– selesai.

b. Tempat pengabdian

Bertempat di TK Dhama Wanita Tosaren 2, Dusun Tirtoudan, Kelurahan Tosaren, Kecamatan Pesantren, Kota Kediri. Sasaran dari kegiatan ini adalah Ibu – ibu wali murid di TK tersebut.

2.2. Metode dan Rancangan Pengabdian

a. Perencanaan dan Persiapan

Tim pelaksana berkoordinasi dengan pihak kelurahan dan ketua RT setempat. Persiapan dilakukan dengan menyiapkan tempat penyuluhan dan seperangkat alat atau produk peraga yang akan disampaikan saat penyuluhan.

b. Penyuluhan

Penyuluhan yang diberikan kepada masyarakat meliputi; macam – macam sinar UV, bahaya sinar UV bagi kulit, cara penggunaan tabir surya, macam penyebab kanker kulit, dan pengertian SPF dan PA.

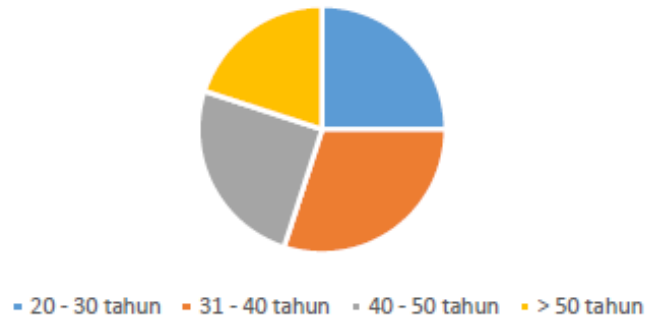
c. Evaluasi Kegiatan

Evaluasi dilaksanakan dengan memberikan kuisisioner di awal (*pre-test*) dan diakhir (*post-test*) penyuluhan. Kuisisioner yang diberikan berisi pertanyaan-pertanyaan terkait materi penyuluhan. Metode pemberian kuisisioner digunakan sebagai parameter keberhasilan kegiatan pengabdian ini. Apabila skor *post-test* lebih baik dibandingkan *pre-test* maka pelaksanaan penyuluhan bisa dikatakan berhasil.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan mengenai pentingnya penggunaan tabir surya untuk mencegah kanker kulit dilakukan di TK Dhama Wanita Tosaren II, Jalan Tirtoudan Raya No. 153, Dusun Tirtoudan, Kelurahan Tosaren, Kecamatan Pesantren Kota Kediri. Kegiatan ini diikuti oleh Ibu – ibu wali murid di TK tersebut, dengan profil yang dapat dilihat pada gambar 1 dan 2. Kegiatan ini mendapatkan respon yang baik dari peserta maupun perangkat sekolah setempat terlihat dari dukungan dari seluruh komponen sekolah dalam penyelenggaraan kegiatan ini. Dukungan dari *stakeholder* sangat diperlukan dalam suatu kegiatan pengabdian masyarakat, agar tujuan dari kegiatan dapat tercapai.

Peserta Berdasarkan Usia



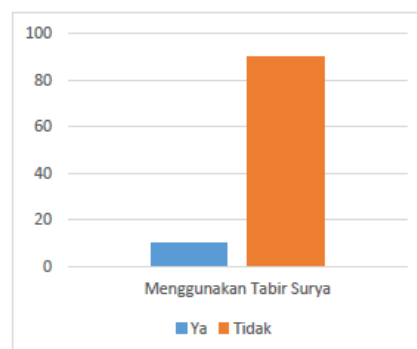
Gambar 1. Profil Peserta Penyuluhan Berdasarkan Usia

Peserta Berdasarkan Pendidikan

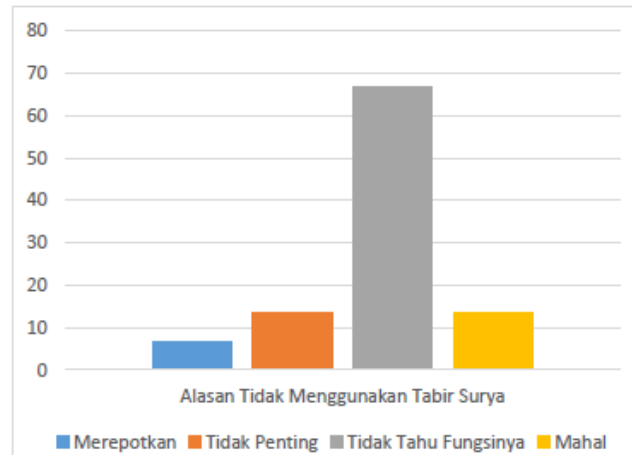


Gambar 2. Profil Peserta Penyuluhan Berdasarkan Pendidikan

Sebelum melakukan kegiatan penyuluhan dilakukan survei pendahuluan kepada peserta untuk mengetahui kondisi umum dari peserta penyuluhan mengenai kebiasaan penggunaan tabir surya. Hasil survei pendahuluan dapat dilihat pada gambar 3 dan gambar 4.



Gambar 3. Persentase Peserta yang Menggunakan Tabir Surya



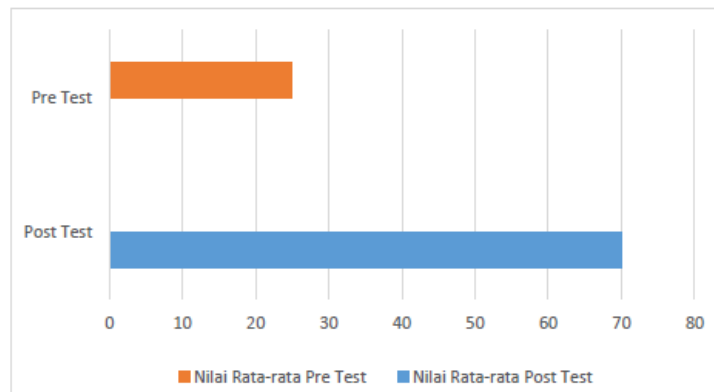
Gambar 4. Persentase Alasan Peserta Tidak Menggunakan Tabir Surya

Dari hasil survey tersebut diketahui bahwa peserta yang menggunakan tabir surya untuk sehari – hari hanya sebesar 10%, dan sisanya masih belum menggunakan tabir surya. Sebanyak 67% peserta yang tidak menggunakan tabir surya beralasan bahwa mereka tidak mengetahui fungsi dari penggunaan tabir surya, sementara 14% merasa tidak penting, 13% yang lain merasa harga tabir surya mahal, dan sisanya sebanyak 6% merasa penggunaan tabir surya cukup merepotkan. Dari hasil ini, maka dirasa sangat penting sekali untuk melakukan penyuluhan mengenai pentingnya penggunaan tabir surya untuk melindungi kulit dari paparan sinar matahari.

Setelah dilakukan survei pendahuluan, dilakukan kegiatan analisis tingkat pemahaman responden baik sebelum (Pre-Tes) dan sesudah (Post-Tes) kegiatan pengabdian ini berlangsung. Pengukuran tingkat pemahaman ini dilakukan untuk mengukur tingkat keberhasilan dan ketertarikan program pengabdian masyarakat ini. Tingkat pemahaman dari responden ini diukur dengan 6 pertanyaan pilihan berganda yang hanya memiliki satu jawaban benar. Daftar pertanyaan yang digunakan dapat dilihat pada Tabel 1 dan hasil dari pre dan post test dapat dilihat pada gambar 5.

Tabel 1. Daftar Pertanyaan untuk Mengukur Tingkat Pemahaman

No	Pertanyaan
1	Bagaimana cara menggunakan tabir surya?
2	Bagian tubuh mana sajakah yang perlu diolesi tabir surya?
3	Apakah singkatan dari SPF ?
4	Apa sajakah penyebab kanker kulit?
5	Apakah sinar matahari berbahaya?
6	Bagian manakah dari sinar matahari yang berbahaya?



Gambar 5. Nilai Rata-rata Pre dan Post Test

Setelah kegiatan pre test dilakukan penyuluhan mengenai macam – macam sinar UV, bahaya sinar UV bagi kulit, cara penggunaan tabir surya, macam penyebab kanker kulit, dan pengertian SPF dan PA, dan juga dilakukan praktek penggunaan tabir surya yang benar. Peserta juga diberikan contoh – contoh kosmetik yang mengandung tabir surya secara langsung. Dari hasil pre dan post test tersebut, dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan pengetahuan peserta penyuluhan yang awalnya memiliki nilai rata – rata pre test 25 meningkat menjadi 70 saat post test.



Gambar 6. Pemberian materi audiovisual dan praktek penggunaan tabir surya dibantu oleh relawan (Sumber: Dokumen pribadi)

4. SIMPULAN, SARAN, DAN REKOMENDASI

Penyuluhan mengenai pentingnya tabir surya untuk mencegah kanker kulit yang telah dilakukan kepada ibu – ibu wali murid TK Dharma Wanita Tosaren 2 mampu meningkatkan pemahaman peserta mengenai pentingnya penggunaan tabir surya dapat dibuktikan dengan adanya peningkatan nilai pre test (rata – rata 25) menjadi 70 di post test. Semoga semakin banyak masyarakat yang sadar akan pentingnya penggunaan tabir surya dalam menanggulangi berbagai macam masalah kesehatan.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Yayasan Bhakti Wiyata yang telah mendanai kegiatan pengabdian masyarakat ini dan memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan dan menerbitkan jurnal pengabdian masyarakat ini.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, T.D., Joshita, D., Hayun. 2013. Uji Stabilitas dan Penentuan Nilai SPF secara in vitro dari Krim Tabir Surya yang Mengandung Butil Metoksidibenzoilmetan dan Oktil Metoksisinamat dengan Penambahan Titanium Dioksida. Skripsi. Program Studi Farmasi Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Indonesia.
- Anna Chien & Heidi Jacobe. <https://www.skincancer.org/risk-factors/uv-radiation/>. Diakses tanggal 25 Oktober 2019
- Anonim. 2019. Ultraviolet radiation and the INTERSUN Programme. <https://www.who.int/uv/faq/whatisuv/en/index2.html>. Diakses tanggal 28 Oktober 2019
- Deborah S. Sarnoff. 2019. Skin Cancer. <https://www.skincancer.org/skin-cancer-information/>. Diakses tanggal 28 Oktober 2019
- Shai, Avi., Maibach, Howard., and Baran, Robert. 2009. Skin Structure. *Handbook of Cosmetic Skin Care*. London: Informa Healthcare, p. 4 – 13
- Suryanto, Edi. 2012. Fitokimia Antioksidan. Surabaya: Putra Medika Nusantara.
- United States Environmental Protection Agency. 2010. UV Radiation. <https://www.epa.gov/sites/production/files/documents/uvradiation.pdf>. Diakses tanggal 28 Oktober 2019.

